Inițiative

Activitatea sportivă din regiunea Brașov a reușit să angreneze mii și mii de tineri. Organele și organizațiile sportive acordînd atenția cuvenită sportului de mase, au înregistrat rezultate tot mai bune. La baza acestor succese a stat întotdeauna — și lucrul acesta vrem să-l subliniem— o muncă bine planificată.

Desfășurată pe baza calendarului sportiv, întocmit cu chibzuință, și a planurilor de muncă, activitatea competițională de mase s-a ridicat în tot mai multe asociații la nivelul cerințelor și posibilităților actuale. Exemple în această privință pot fi date asociațiile sportive Tractorul și Steagul roșu Brașov, Sinteza Orașul Victoria, Șoimii Baraolt și altele. Pentru îndeplinirea sarcinilor ce le revin, aceste asociații au angrenat în muncă pe toți membrii consiliului de asociație. In acest fel a fost posibil ca întrecerile din cadrul campionatelor pe asociații să aducă la start sute și sute de muncitori. Ele își mai datoresc succesul și faptului că încă din întrecerile pe ateliere fiecărei competiții îi sînt asigurate condiții corespunzătoare, și, ceea ce e mai important, toate sînt privite cu aceeași seriozitate ca și întrecerile finale. Cel mai grăitor exemplu îl poate constitui asociația sportivă Tractorul. Atenția cu care se organizează aici campionatele de volei, fotbal, șah, popice etc. duce întotdeauna la rezultate bune. Am asistat la desfășurarea campionatului de fotbal. 24 de echipe se întrec în această competiție, angrenînd aproape 300 de fotbaliști din rîndurile muncitorilor. Intrecerile se desfășoară în mod regulat, există o evidență bine pusă la punct în această privință, lucru ce face ca succesul să fie cu siguranță dobîndit. Buna organizare își spune cuvîntul.

CEI MAI BUNI DIN 900

Creșterea și în special promovarea cadrelor tinere, care pregătite să poată deveni apoi elemente de bază în loturile respective, trebuie să constituie peste tot o preocupare de seamă. De felul cum această muncă este făcută depind în cea mai mare parte rezultatele de viitor.

Indreptîndu-și atenția spre copiii cei mai talentați, bine dotați fizic, antrenorii au posibilitatea să muncească în perspectivă, să obțină rezultatele scontate. Dar, ca treaba aceasta să ducă la rezultate bune este necesară multă pasiune și, bineînțeles, răbdare. Cele două exemple pe care le vom da sînt convingătoare în această privință și ele merită a fi însușite de conducerile asociațiilor sportive și de către antrenori.

La Steagul roșu, pentru a se reîmprospăta echipa de fotbal de juniori și mai tîrziu pentru a da primei formații cadre tinere și talentate s-a organizat un campionat de fotbal al centrului școlar profesional de pe lîngă uzină. In urma unei munci atente un colectiv de antrenori condus de fotbalistul fruntaș Hidișan a reușit să selecționeze din cei 900 de tineri sportivi pe cei mai buni. Azi, din aceștia au fost aleși aproape 40 care vor fi pregătiți și îndrumați în viitor după un program bine stabilit. Același lucru l-am văzut la Tractorul: 300 de tineri din cadrul școlii profesionale au trecut și ei prin asemenea „trialuri", ajungîndu-se ca cei mai talentați să facă parte din echipa de juniori. Rezultatul: echipa lor a înregistrat în acest an cel mai bun rezultat calificîndu-se în turneul final al campionatului republican. Iată deci că schimbul de mîine al sportivilor din aceste asociații este bine asigurat. E necesară doar o preocupare în această privință.

ACTIVUL OBȘTESC — SPRIJIN PREȚIOS

Un mare număr de activiști obștești din regiunea Brașov își aduc contribuția la dezvoltarea mișcării de cultură fizică și sport. Ar fi destul de greu să ne ocupăm de fiecare, sau chiar de comisiile în care ei activează. Ținem însă să remarcăm inițiativa consiliului raional U.C.F.S. Sf. Gheorghe pentru atragerea în muncă a activului voluntar. Este vorba de munca de control și îndrumare a asociațiilor sportive în ceea ce privește planul lor de venituri și cheltuieli sau de gospodărirea bunurilor materiale.

Pentru ca comisiile de revizie ale asociațiilor sportive să primească un sprijin substanțial și în același timp competent, în ceea ce privește folosirea cu chibzuință a fondului financiar, consiliul raional U.C.F.S. și-a constituit un colectiv de instructori obștești. Format din oameni bine pregătiți (contabili, revizori financiari), acest colectiv obștesc sprijină permanent activitatea comisiilor de revizie ale asociețiilor.

Rezultatele bune de pînă acum arată importanța și utilitatea acțiunii, care merită să fie luată în considerare de toate consiliile raionale U.C.F.S. Fiindcă ea constituie un ajutor prețios atît în munca consiliului raional respectiv, pe lîngă care activează colectivul de instructori obștești, cît și a asociațiilor sportive care primesc în acest fel un sprijin concret și la timp.

Succesul acestei rodnice activități este deopotrivă și rodul legăturii strînse ce există între consiliul raional și asociațiile sportive cît și a felului cum sînt rezolvate aici sarcinile ce revin fiecăruia în această privință.

LA LOCUL DE MUNCĂ AL ASOCIAȚIEI...

Desfășurîndu-și activitatea pe baza unor planuri de muncă bine întocmite și respectate cu strictețe în ceea ce privește îndeplinirea la timp a sarcinilor, activul consiliului raional U.C.F.S. Sf. Gheorghe a reușit să îndrume și să sprijine asociațiile din cadrul raionului respectiv chiar la locul de muncă al acestora. A intrat în obișnuință aici ca analiza activității asociațiilor sportive să se facă pe teren și nicidecum în mod birocratic la sediul U.C.F.S., cum se mai întîmplă în unele locuri. Străduindu-se în a răspîndi și populariza succesele unei asociații sportive, precum și modul cum au fost ele realizate, consiliul raional U.C.F.S. a obținut rezultate pozitive. Un lucru pe care vrem să-l subliniem este acela că la analiza activității asociației sportive, care are loc chiar acolo unde aceasta muncește, sînt invitate să ia parte mai multe consilii de asociații (în centrele de comună, spre exemplu, sînt invitate asociațiile sportive din satele învecinate). In felul acesta analizele ies din cadrul restrîns al unei singure asociații sportive, constituind un bun prilej de îmbogățire a cunoștințelor pentru fiecare participant, un schimb prețios de experiență. Mai mult, pe baza experienței proprii, cei care iau parte ca invitați vin cu propuneri concrete pentru îmbunătățirea muncii. Așa s-a procedat la analiza asociației sportive Șoimii Baraolt, la care au fost invitate alte cinci asociații sportive. Lipsurile semnalate au atras atenția participanților și, acolo unde ele s-au ivit ulterior, s-a trecut la lichidarea lor fără să se mai aștepte ziua în care va fi analizată activitatea asociației respective. Inceputul este bun. Se dă în acest fel și un imbold preocupării membrilor asociațiilor sportive de a găsi noi soluții, noi inițiative care să ducă la îmbunătățirea muncii din asociația lor.

★

Acestea sînt cîteva dintre inițiativele unor organe U.C.F.S. și conduceri ale asociațiilor sportive din regiunea Brașov. Ele merită a fi însușite și aplicate temeinic și de alte organe U.C.F.S. Aceasta va duce fără îndoială la rezultate bune. Este necesar ca în această privință să se depună o muncă temeinică, de perspectivă, în care să fie angrenați cît mai mulți activiști obștești. Atunci rezultatele valoroase nu vor întîrzia să apară.

CONSTANTIN ALEXE

In ajutorul antrenorilor tuturor ramurilor sportive

Procedee simple pentru măsurarea detentei

Stabilirea gradului de dezvoltare a calităților fizice constituie o problemă importantă în pregătirea sportivă.

Detenta, această capacitate a sportivilor de a executa sărituri (ca urmare a unor calități: forța, viteză, explozie), cunoaște în stadiul actual al antrenamentului sportiv o dezvoltare deosebită, care se poate admirabil exemplifica prin cei 2,25 m ai lui Valerii Brumel sau 1,90 ai Iolandei Balaș. Specifică unei grupe de probe din atletism ca și din alte sporturi, detenta este necesară în egală măsură și în jocurile sportive, ca de exemplu în volei, baschet, fotbal etc.

Pentru a veni în ajutorul tehnicienilor noștri, vom prezenta în cele ce urmează cîteva posibilități de măsurare obiectivă a detentei prin mijloace din cele mai simple.

★

Incercînd să determinăm detenta ca normă de control la diferite sporturi, ne-am servit deseori de panoul de baschet drept cadru prin

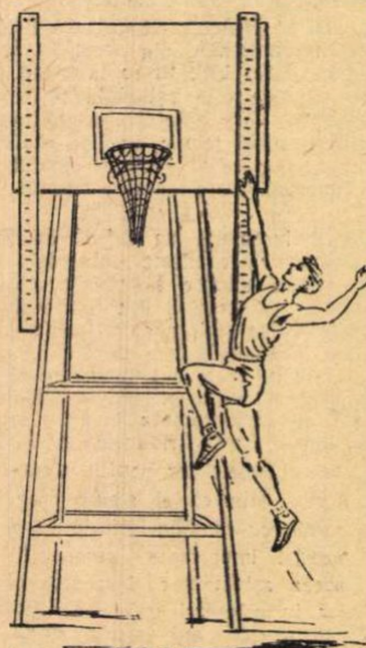


Fig. 1

adăugarea a două scînduri subțiri gradate făcute din brad sau din placaj (desenul nr. 1). Scîndurile trebuie vopsite în negru, iar gradațiile — cu alb.

Sportivul își pune în prealabil puțin praf de cretă pe degete, lă-

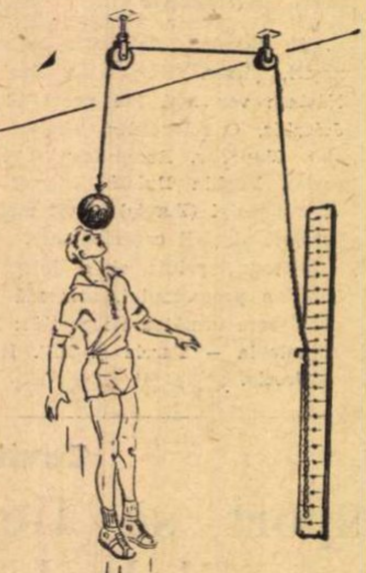


Fig. 2

sînd urme mai întîi prin întinderea brațului în sus, fără săritură, apoi prin executarea unei sărituri (de pe loc sau cu elan standard — de exemplu 3 sau 5 pași), încercînd să lase urme cît mai sus cu putință. Diferența dintre cele două urme reprezintă tocmai valoarea obiectivă a detentei. De altfel, și pe stîlpul susținător al plasei de volei se poate monta o scîndură gradată care va putea folosi în același scop

★

Multe posibilități pentru măsurarea detentei ne oferă diversele aparate ale sălii de gimnastică (de



Fig. 3

exemplu, inelele). Scripeții inelelor (sau alții montați în diverse colțuri ale sălii) au permis în multe ramuri de sport realizarea unei variate game de exerciții de control prin înlocuirea inelelor cu mingi (desenul nr. 2). Se pot măsura astfel posibilitățile de atingere nu numai cu mîna, dar și cu capul, cu genun-

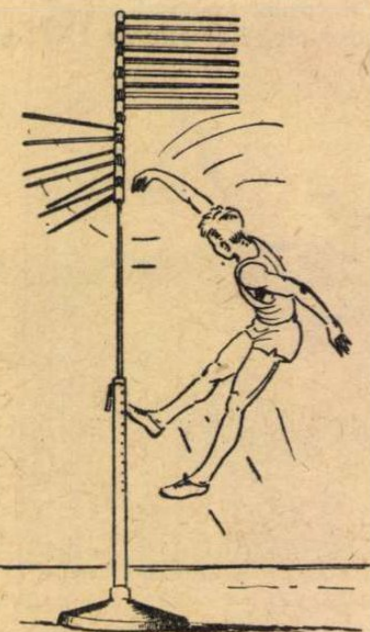


Fig. 4

chiul, cu vîrful piciorului etc. Pe de altă parte, acest gen de instalații dă posibilitatea ca la înălțimi precis reglate să se execute numeroase procedee tehnice, de exemplu: pasa din săritură la volei sau la baschet, lovirea mingii cu capul la fotbal etc

★

Unul dintre cele mai simple mijloace de măsurare a detentei îl constituie cel din desenul nr. 3, preconizat de antrenorul sovietic G. Legkov: un carton suspendat, liniat din 2 în 2 cm, căruia pe măsura îmbunătățirii detentei i se taie 2 cm, astfel încît sportivul să poată atinge marginea lui inferioară. Acest cartonaș prezintă avantajul că sportivul își poate controla în orice moment „recordul personal".

★

Dintre aparatele speciale pentru măsurarea detentei, menționăm pe cel din desenul nr. 4, realizat dintr-un ax pe care se pot învîrti cele cîteva vergele; ca și soluția cercetătorului sovietic V. M. Abalacov, constînd dintr-un fel de ham continuat cu o bandă metalică (desenul nr. 5). Aceasta din urmă prezintă avantajul de a putea măsura detenta rezultată numai din forța picioarelor.

In sfîrșit, desenul nr. 6 reprezintă o instalație utilizată la Stadionul Tineretului din Capitală, pentru mai

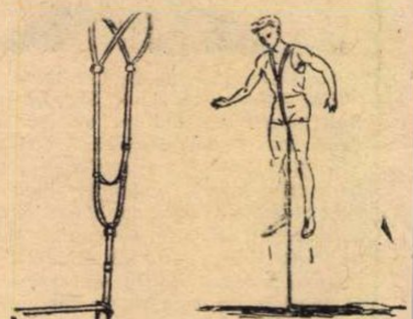


Fig. 5

multe ramuri sportive. Instalația poate fi montată pe o țeavă fixată în beton sau pe un postament metalic asemănător stîlpilor de la săritura în înălțime. Prezintă și avantajul de a putea fi folosită de către un număr mare de sportivi avînd talii diferite, amănunt important cînd e vorba de lucrul cu tineretul.

★

Nu putem încheia prezentarea de față fără cîteva scurte precizări metodice:

1. La toate aceste aparate (c excepția desenului nr. 5) se po

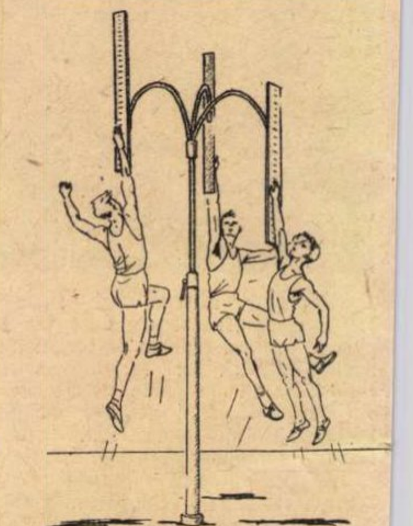


Fig. 6

efectua sărituri de control de loc sau cu elan fix (de exemp de 3 sau de 5 pași). Se va ți o evidență separată cu datele ținute pentru fiecare din aceste tuații.

2. Pentru a accentua componen forță a detentei, vom efectua a leași sărituri și în condiții stand de îngreunare. De exemplu avînd umeri un sac cu nisip de o anum greutate, centură de plumb, sau încălțăminte grea.

3. Prin cît mai multe repetări dicios planificate toate aceste fe de sărituri de control devin și fo eficace mijloace de antrenament p tru îmbunătățirea detentei.

BARUCH ELIA

desene: Z. DRAGOMI

O „joie sportivă a tineretului"

Săptămîna trecută, la Casa de cultură a tineretului din raionul Gh. Gheorghiu-Dej, a avut loc „joia tineretului". Din nou tineri și tinere de la fabrica de confecții „Gh. Gheorghiu-Dej", de la „Semănătoarea", „Clement Gottwald", „9 Mai", elevi și eleve de la școlile din raion au venit să petreacă o după-amiază plăcută: să asculte o conferință, să danseze. Așa cum fac în fiecare săptămînă. Și totuși, de data aceasta un lucru nou a făcut ca „joia" să fie parcă și mai mult gustată de către numeroșii tineri prezenți. Fiindcă în program, la loc de cinste s-a aflat acum... sportul. Au venit în mijlocul tineretului maestrul emerit al sportului Gh. Viziru, boxeri fruntași de la „Semănătoarea". Cu această ocazie li s-a vorbit tinerilor despre dezvoltarea sportului în țara noastră în anii regimului democrat-popular și despre succesele sportivilor noștri peste hotare. Cunoscutul nostru tenisman Gh. Viziru a împărtășit apoi impresii din bogata sa activitate sportivă. Programul sportiv s-a încheiat cu trei meciuri demonstrative de box susținute de sportivii de la „Semănătoarea", printre care se afla și talentatul boxer H. Löw. A urmat dansul...

A fost o seară minunată, în care sportul și-a dat întîlnire în frumoasa sală a casei de cultură cu peste 600 de tineri, dintre care mulți sportivi în echipele fabricii sau școlii unde muncesc sau învață. A fost o întîlnire care a constituit un bun prilej de a se demonstra din nou dragostea tineretului nostru pentru sport.

Toți cei prezenți și-au manifestat cu acest prilej dorința ca asemenea „joi" ale tineretului cu temă sportivă să aibă loc mai des. Sportivii care vor veni aici vor fi primiți cu multă căldură și simpatie. Așa cum s-a întîmplat și în această după-amiază.

AL. C.